**«Утверждаю»**

Ио заведующего отделом образования

Рамешковского муниципального округа

В.В. Зиткова

« » 2024г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении муниципального этапа**

**Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди семейных команд.**

### 1.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

Целью проведения соревнований ВФСК ГТО является привлечение различных категорий населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачами соревнований являются:

- популяризация комплекса ГТО среди различных категорий населения;

* пропаганды традиционных семейных ценностей, здорового образа жизни;

- повышение уровня физической подготовленности населения;

- создание условий мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;

- поощрение семей участников, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

**2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Муниципальные соревнования ВФСК ГТО среди семейных команд проводятся в два этапа:

- школьный этап проводится в образовательных организациях округа

с 01.03.2024г. по 31.03.2024г.;

- муниципальный этап проводится в спортивном зале МОУ «Рамешковская СОШ» 25 апреля 2024г. с 11.00.

#### 

#### 3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ.

#### Общее руководство подготовкой осуществляется отделом образования Рамешковского муниципального округа. Непосредственная организация и проведение соревнований возлагается на образовательные организации округа и муниципальный центр тестирования ВФСК ГТО Рамешковского муниципального округа.

**4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.**

К участию в соревнованиях допускаются команды семей в следующих возрастных группах:

Команда в составе 4 человек:

- ребенок (девочка или мальчик): 8-11лет,

- мать и отец: 25-49лет,

- бабушка или дедушка: 50-69 лет.

Команда в составе 3 человек:

- ребенок (девочка или мальчик): 8-11лет,

- мать и отец: 25-49лет.

Команда в составе 2 человек:

- ребенок (девочка или мальчик): 8-11лет,

- мать или и отец: 25-49лет.

Все участники Фестиваля до начала соревнований должны в установленном порядке пройти регистрацию на сайте gto.ru и иметь идентификационный номер (УИН).

**5.УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ.**

Расходы, связанные с непосредственным проведением муниципальных соревнований, несет МКУ ДО ДЮСШ (в части приобретения медикаментов, канцелярских товаров, наградной атрибутики).

Руководители команд представляют организаторам коллективную заявку, заверенную врачом и директором образовательной организации (приложение №1).

В комплекс испытаний входят состязания, соответствующие требованиям по сдаче нормативов ВФСК ГТО:

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количества раз) (девочки, женщины);

- Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики, мужчины) (количества раз);

- Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от

уровня скамьи – см) (все участники);

- Поднимание туловища из положения лежа на спине (количества раз за 1 минуту) (все участники);

- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см); (мальчики и девочки);

- Челночный бег 3\*10м (с).

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО в соответствии с Государственными требованиями ВФСК ГТО на 2018-2021г.г., утвержденным приказом Минспорта России.

**5.УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ.**

Командное первенство определяется по сумме очков, набранных всеми членами команды за выполнение всех видов спортивной программы каждым участником команды.

Личный зачет определяется по сумме очков, набранных членами команд за выполнение всех видов спортивной программы.

Соотношение полученных результатов и очков осуществляется по 100-очковой таблице оценки выполнения испытаний комплекса ГТО в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО в соответствии с Государственными требованиями ВФСК ГТО, утвержденным приказом Минспорта России.

**6. НАГРАЖДЕНИЕ.**

Команды, занявшие 1-3 места в командном зачете муниципальных соревнований, награждаются дипломами, а участники команд награждаются медалями.

Участники команд, занявшие 1-3 места в личном первенстве, награждаются грамотами и медалями.

Приложение №1

к Положению о проведении муниципального этапа

Фестиваля ВФСК ГТО среди семейных команд

**ЗАЯВКА**

на участия в муниципальном этапе Фестиваля ВФСК ГТО среди семейных команд

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Фамилия, имя, отчество | Дата рождения | УИН  участника | Наименование образовательной организации | Виза врача |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |

Всего в заявке \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_человек

Руководитель ОО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

м.п.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*дата*